



愛西市



協会けんぽ  
愛知支部

「健康宣言」

Wチャレンジ 実施中!

愛西市は協会けんぽ愛知支部と連携して、従業員とご家族の皆様の健康づくりに取り組む事業所様を応援しています。

### ●Wチャレンジとは・・・

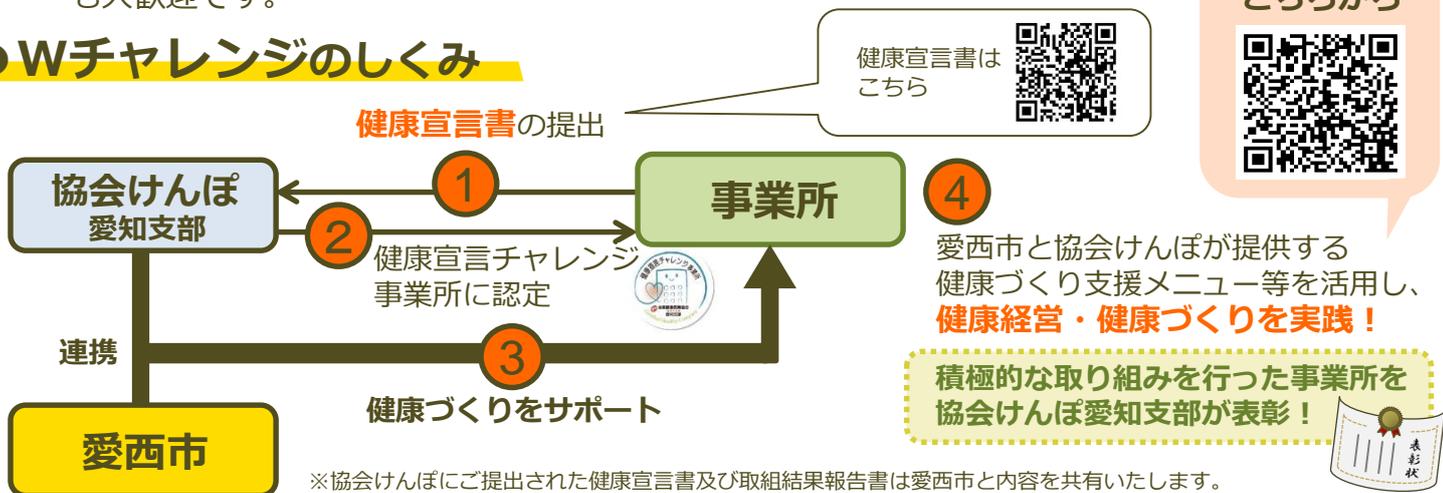
愛西市が提供する健康づくり支援メニューと協会けんぽ愛知支部が提供する健康づくり支援メニューを活用して、従業員とご家族の皆様の健康づくりを効果的・継続的に推進いただく取り組みです。

もちろん、事業所独自の健康づくり支援メニューに取り組んでいただくことも大歓迎です。

愛西市での表彰の様子は  
こちらから



### ●Wチャレンジのしくみ



「健康宣言」に、愛西市健康づくり支援メニューをご活用ください!

### ■あいさい健康マイレージ

#### STEP1

チャレンジシート  
または  
アプリを手に入れる

#### STEP2

自身で決めた健康づくり  
の取り組みを行い、期間  
内にポイントを貯める

#### STEP3

達成者全員に「まいか」プレゼント! さらに、抽選特典に応募して素敵な景品が当たるかも!?

ココが  
おすすめ!

健康のための取り組みを自分で考えられるから、自分のペースで健康づくりができる! 職場の仲間、家族と参加して、楽しく励ましあいながら健康づくりができる!



受賞者の声

健康づくりの取り組み  
が習慣になった

詳しくは  
こちら



### ■ 検診の受診勧奨 対象者の方には5月頃に個別通知があります。

〈愛西市にお住まいの方が受診できる項目〉  
がん検診、骨粗鬆症検診(有料)、歯周病検診(無料)

愛西市外にお住まいの方は、お住まいの自治体にご確認ください。



受賞者の声

- ・全職員が検診受診できるよう促した
- ・要精密検査者へ受診勧奨・保健指導を行った

## ■ 出前講座

依頼に応じて健康講座を実施します。費用は無料で、保健師がお話に向います。実施日・時間は相談により決定します。

- 生活習慣病を予防するために
- 心とからだの健康生活

### ◆ 睡眠の講演会

大学教授による講演会です。睡眠に関する日頃の疑問を質問できる、貴重な機会です。事業所に伺うこともできますので、ご相談ください。



受賞者の声



- ・ 事業所で講演をしてもらった
- ・ 講演後、生活習慣の見直しができた

## ■ メンタル不調者への対応「こころの体温計」の周知・利用

「こころの体温計」は、ストレス度やこころの落ち込み度など、心の状態をスマホ、PCなどでチェックできるものです。心の状態を知り、ストレスと上手に付き合うためにぜひご利用ください。従業員周知用のチラシ等をお渡しすることも可能です。詳しくはご相談ください。

こちらから  
利用できます



受賞者の声



従業員にこころの体温計の活用を促し、自分でメンタル状況を把握できるようにした。

## ■ あいさい野菜メニュー提供店スタンプラリーへの参加

**内容** あいさい野菜メニュー提供店（愛西市産の野菜を使ったメニューを提供するお店）での飲食、もしくは商品の購入でスタンプゲット！スタンプを集めて応募すると、抽選で商品券が当たる！

詳しくは  
こちら

ココが  
おすすめ!

- スタンプラリーを楽しみ、愛西市産の野菜を知り、おいしく食べられる!
- お店を回りながらウォーキングすれば、楽しく運動を続けられる!



受賞者の声



外食時も、野菜の摂取を意識するようになった

## 「健康経営優良法人認定制度」

「健康宣言」をステップアップして、「健康経営優良法人」の認定を目指すことができます！

「健康経営優良法人」の認定を受けると？

健康経営優良法人認定の  
ロゴマークをPRに  
活用できる



求人

取引先に

※「健康経営優良法人」は日本健康会議による認定制度です。認定要件等は、経済産業省ホームページをご覧ください。

愛西市健康づくり支援メニューのお申込・お問い合わせ先

愛西市役所健康子ども部健康推進課  
(愛西市佐屋保健センター)

TEL : 0567-28-5833 FAX : 0567-28-8001